EXTRA

EL DEBER
SANTA CRUZ, BOLIVIA
DOMINGO 6 DE AGOSTO DE 2023
IV ÉPOCA - AÑO 41 - NO. 1259

NIÑOS ¿CÓMO TRABAJAR LA AUTOESTIMA?

PÁGINAS **2-3**

‘MICHI’ ‘LOVERS’

No sólo les gustan los gatos, también realizan muchas acciones en favor de ellos

JORGE GUTIÉRREZ

BIENESTAR

Para incentivar
Los niños que tienen desarrollada sus autoestima encaran mejor los problemas

INTERNET

EL DEBER
eldeber@grupoeldeber.com

Cómo fomentar la AUTOESTIMA

Importante. *Tener una buena autoestima es importante para afrontar los múltiples retos de la vida para los niños. Los padres pueden ayudar a sus hijos en ese camino. Es sobre todo en el seno de su familia donde desarrolla las bases de su autoestima*

Con mucha frecuencia los términos "autoconfianza" y "autoestima" se los usa indistintamente, como si ambos términos fueran sinónimos. Sin embargo, hay una diferencia entre los dos, aunque están relacionados. La autoestima está ligada a la conciencia del propio valor personal. Así, es saber reconocer las fortalezas y límites de cada persona. Por su parte, el sentimiento de confianza es creer en la propia capacidad de éxito.

Cuando un niño tiene una buena autoestima, se acepta tal como es y tiene una imagen positiva de sí mismo. Tener una buena autoestima también significa sentirse amado y sentirse lo suficientemente seguro para usar las propias habilidades y enfrentar los desafíos de la vida. Es comprender que tenemos valor, incluso si todo lo que hacemos no es perfecto, asegura Ariane Leroux- Boudreault, psicóloga de la universidad de Montreal y autora de varios libros dedicados a la infancia.

La autoestima puede variar de un contexto a otro. El niño puede tener una buena autoestima a nivel motor (andar en triciclo, subirse a los módulos), pero autoestima a mejorar en cuanto a sus relaciones con los demás, sobre todo cuando debe afrontar los múltiples retos de la vida escolar y para fortalecer la autoestima del niño los padres o apoderados resultan fundamentales, porque según los expertos, es en el seno familiar donde desarrolla las bases de su autoestima.

Integración. Los niños y niñas que comparten juegos y actividades son más empáticos y más seguros de sí mismos

Por qué importa

Los niños que se sienten bien consigo mismos tienen la confianza para probar cosas nuevas. Es más probable que hagan su mejor esfuerzo. Se sienten orgullosos de lo que pueden hacer. La autoestima ayuda a los niños a sobrellevar los errores. Ayuda a los niños a intentarlo de nuevo, incluso si fallan al principio. Como resultado, la autoestima ayuda a los niños a desempeñarse mejor en la escuela, en el hogar y con los amigos.

Los niños con baja autoestima se sienten inseguros de sí mismos. Si piensan que los demás no los aceptarán, es posible que no se unan. Es posible que dejen que los

ERNET

demás los traten mal. Pueden tener dificultades para defenderse. Pueden darse por vencidos fácilmente o no intentarlo en absoluto. A los niños con baja autoestima les resulta difícil sobrellevar la situación cuando cometen un error, pierden o fracasan. Como resultado, es posible que no lo hagan tan bien como podrían.

Cómo se la fomenta

La autoestima puede comenzar desde la infancia. Se desarrolla lentamente con el tiempo. Puede comenzar simplemente porque un niño se siente seguro, amado y aceptado. Puede comenzar cuando un bebé recibe atención positiva y cariñosa.

A medida que los bebés se convierten en niños pequeños, pueden hacer algunas cosas por sí mismos. Se sienten bien consigo mismos cuando pueden usar sus nuevas habilidades. Su autoestima crece cuando los padres prestan atención, dejan que el niño intente, sonrían y demuestren que están orgullosos.

A medida que los niños crecen, la autoestima también puede crecer. Cada vez que los niños intentan cosas, hacen cosas y aprenden cosas, puede ser una oportunidad para que crezca la autoestima.

Actitud de los padres

Cada niño es diferente. La autoestima puede ser más fácil para algunos niños que para otros. Y algunos niños enfrentan cosas que pueden disminuir su autoestima. Pero incluso si la autoestima de un niño es baja, se puede aumentar.

Aquí hay cosas que los padres pueden hacer para ayudar a los niños a sentirse bien consigo mismos:

Ayude a su hijo a aprender a hacer cosas. A cada edad, hay cosas nuevas para que los niños aprendan. Incluso durante la infancia, aprender a sostener una taza o dar los primeros pasos genera una sensación de dominio y deleite. A medida que su hijo crece, cosas como aprender a vestirse, leer o andar en bicicleta son oportunidades para que crezca la autoestima.

Cuando enseñe a los niños cómo hacer las cosas, muéstreles y ayúdelos al principio. Luego déjelos hacer lo que puedan, incluso si cometen errores. Asegúrese de que su hijo tenga la oportunidad de aprender, probar y sentirse orgulloso. No haga que los nuevos desafíos sean demasiado fáciles o demasiado difíciles.

Elogie a su hijo, pero hágalo sabiamente. Por supuesto, es bueno elogiar a los niños. Tu elogio es una forma de demostrar que estás orgulloso. Pero algunas formas de elogiar a los niños pueden resultar contraproducentes.

Es decir, no elogie en exceso. Los elogios que no se sienten ganados no suenan verdaderos. Por ejemplo, decirle a un niño que jugó un gran juego cuando sabe que se sintió vacío y falso. Es mejor decir: "Sé que no fue tu mejor juego, pero todos tenemos malos días. Estoy orgulloso de ti por no rendirte". Añada un voto de confianza: "Mañana, volverás a tu juego". Elogie también el esfuerzo. Evite centrar los elogios solo en los resultados (como obtener una buena calificación) o cualidades fijas (como ser inteligente o atlético).

En su lugar, ofrezca la mayor parte de sus elogios por el esfuerzo, el progreso y la actitud. Por ejemplo: "Estás trabajando duro en ese proyecto", "estás mejorando cada vez más en estas pruebas de ortografía" o "estoy orgulloso de ti por practicar, realmente te has mantenido firme". Con este tipo de elogios, los niños ponen esfuerzo en las cosas, trabajan para lograr metas y lo intentan. Cuando los niños hacen eso, es más probable que tengan éxito.

Dice el dicho que la caridad bien entendida comienza por casa y en ese sentido los expertos insisten que ayuda mucho si como padres somos un buen ejemplo a seguir. Cuando le pone esfuerzo en las tareas diarias (como rastrillar las hojas, preparar una comida, lavar los platos o lavar el auto), estás dando un buen ejemplo. Su hijo aprende a esforzarse en hacer la tarea, recoger los juguetes o tender la cama.

Modelar la actitud correcta también cuenta. Cuando realiza las tareas con alegría (o al menos sin quejarse ni refunfuñar), le enseña a su hijo a hacer lo mismo. Cuando evita apresurarse en las tareas y se enorgullece de un trabajo bien hecho, le enseñas a su hijo a hacer eso también.

Por otro lado, es aconsejable evitar las críticas duras. Los mensajes que los niños escuchan acerca de sí mismos de los demás se traducen fácilmente en cómo se sienten acerca de sí mismos. Las palabras duras ("¡Eres un vago!", "sos un inútil", "¿sos opa o qué") son perjudiciales, no motivadoras. Cuando los niños escuchan mensajes negativos sobre sí mismos, dañan su autoestima. Corrija a los niños con paciencia. Concéntrese en lo que quieres que hagan la próxima vez. Cuando sea necesario, muéstreles cómo hacerlo.

Concéntrese en las fortalezas. Preste atención a lo que su hijo hace bien y disfruta. Asegúrese de que su hijo tenga la oportunidad de desarrollar estas fortalezas. Concéntrese más en las fortalezas que en las debilidades si desea ayudar a los niños a sentirse bien consigo mismos. Esto también mejora el comportamiento.

Deje que los niños ayuden y den. La autoestima crece cuando los niños se dan cuenta de que lo que hacen es importante para los demás. Los niños pueden ayudar en casa, hacer un proyecto de servicio en la escuela o hacerle un favor a un hermano. Los actos de ayuda y bondad construyen la autoestima y otros buenos sentimientos", explica la psicóloga estadounidense D'Arcy Lyness.

1

2

3

4

EN QUÉ LES AYUDA

A PROBAR COSAS NUEVAS
La autoestima ayuda a los niños a probar cosas nuevas y volver a intentarlo cuando las cosas no salgan según lo planeado

ANIMA A REALIZAR LAS COSAS
Los anima a hacer cosas que quizás no disfruten o que normalmente no se les da bien

A ENFRENTRAR DESAFÍOS
Cuando los niños prueban cosas nuevas, enfrentan desafíos y se recuperan, aprenden y crecen.

1. Seguridad. Cuando los niños tienen autoestima, se sienten seguros, capaces y aceptados por lo que son.

2. Las comidas familiares. Pueden ser una forma simple pero importante de fortalecer el sentido de valor y pertenencia de los niños de todas las edades.

3. Burlas. Hágales saber a los niños que insultar o burlarse de otros niños no es aceptable por parte de ellos ni de sus amigos.

4. Apoyo. Los padres también deben apoyar las emociones de sus hijos.

TEMA DE TAPA

CELEBRANDO A LOS GATOS

EL 8 DE AGOSTO ES SU DÍA.

HISTORIAS DE MININOS Y PERSONAS QUE LUCHAN DÍA A DÍA POR SU BIENESTAR

PROJETO ONÇAFARI

Eulalio Grimaldes J.
eulalio.grimaldes@grupoeldeber.com

Son alrededor de 10.000 años que los gatos conviven con el ser humano luego de haberse apegado, aunque no mucho, para vivir en sociedad, sin que esto le haya significado perder su autonomía.

El gato es el único animal que ha elegido domesticarse. Le interesó la comodidad de vivir bajo techo y con comida asegurada, lo que explica su independencia natural. Por eso nunca se sienten subordinados.

Las primeras fuentes de que disponemos en las que nos hablan del gato doméstico provienen del antiguo Egipto, pero se sabe que el gato ya vivía junto a los humanos años antes, sobre el 7000 a.C. Es durante la civilización egipcia que se acerca y acostumbra al humano. Los graneros llenos de cereales ofrecían roedores... ¡y comida! Fueron adaptando su carácter porque solo los ejemplares más mansos podían sobrevivir en ese entorno.

En egipcio el gato se llamaba curiosamente Mau que quiere decir "ver". De hecho, creían que su mirada buscaba la verdad y que veía más allá de la muerte.

En un corto lapso de tiempo el gato domesticado se dispersó desde Egipto a todo el mundo. El gato llegó a India y China de la mano de los comerciantes fenicios sobre el 500 a.C. y no fue hasta el 100 d.C. que se dispersó por toda Europa, alcanzando el norte y Rusia. Su expansión a Norteamérica ocurrió en el siglo XVIII. Actualmente, más de ochenta millones de gatos viven en hogares estadounidenses, y se calcula que en todo el planeta hay tres gatos por cada perro.

En el cine, arte y literatura, los gatos siempre fueron personajes muy importantes. Su personalidad cautivadora y habilidades asombrosas lo convirtieron en protagonista de muchas historias que hasta el día de hoy siguen siendo todo un éxito. Incluso en los cómics hay gatos famosos, como Garfield, Tom o Félix.

Las redes sociales han sido invadidas por estos felinos impredecibles. En TikTok, los gatos son los protagonistas de muchos desafíos del momento. En Twitter, también son protagonistas de tuits con humor y, en YouTube, los vídeos de gatitos siempre han sido un clásico.

Historias gatunas

Hacer el bien sin mirar a quien es una máxima que escuchamos siempre, pero que no todos llevamos a cabo, pero hay gente que cruza con creces ese milagro de vida para con los animales.

Por suerte, tenemos muchos ejemplos en nuestra tierra, más de lo que imaginamos, de gente que se desvive por darle cariño y un buen pasar para con las mascotas.

Un claro ejemplo es la doctora Ericka Santander, médica veterinaria que tiene su consultorio a unos pasos del quinto anillo y la avenida 2 de Agosto y todo el equipo que la acompaña (dos veterinarias y una asistente).

Todos los días varios gatos, entre cinco y más esperan que ella abra su clínica esperando su comida, la que ella solícitamente les proporciona.

"Todos son gatos callejeros, que la gente de muy mal corazón los abandona, aquí los desparasitamos y castramos, cuando llega el caso y luego buscamos como darlos en adopción", asegura.

No hace mucho, unas personas varios felinos que merodean por su centro veterinario por la 2 de Agosto

1. Solidaria. Gley Salazar se solaza con sus gatos. Es una enamorada y luchadora por su bienestar.

2. Cariño. Las veterinarias Lucero Prudencio y Marisabel Churata dan de comer a gatos de la calle que se acercan a la clínica.

3. Empatía. La doctora Ericka Santander es esperada todos los días por

4. Aprecio. Ana Lucía Gutiérrez mira a uno de sus gatos adoptados

5. Snack La Tribu se llama este acogedor local en la zona de Equipetrol

6. Afecto. Brandon acaricia a Chulina, su gata que está a punto de dar a luz

1

2

nas le llevaron a Guerto, un gato adulto, deshidratado, con los ojos hundidos y con bajo peso. "El tratamiento que necesitaba era largo y costoso y al parecer con ese diagnóstico no volvieron a recogerlo, es más me mandaron un audio diciendo que no era de ellos. Decidimos hacernos cargo de su tratamiento y ahora se encuentra en buen estado. No sabemos si lo vamos a dar en adopción o se va quedar como 'gerente' de la veterinaria, lo que sí sabemos es que si la gente recoge una mascota de la calle debe asumir su responsabilidad y nosotros siempre estamos dispuestos a cualquier colaboración" sostiene la veterinaria.

Otro caso también de gente que ama mucho a los animales es el de Gley Salazar Subirana, presentadora de televisión y también ingeniera financiera, que dedica parte de su vida a cuidar de las mascotas, especialmente de los gatos.

"Siempre me gustaron los gatos, desde que tengo uso de razón, pero desde hace unos cinco o seis años dedico gran parte de mi vida al rescate de los gatos.

"Un caso muy especial fue una vez que encontré a tres gatitos que habían sido abandonados y estaba lloviendo y ellos lloraban, me hice cargo de ellos, lo que me costó fue conseguir una madre nodriza, que al final pude conseguir y después de un tiempo los di en adopción" asegura.

"En todos estos años me he convertido también en una investigadora ya que no solo es rescatarlos y ponerlos bien, sino que hay que ver a quién se los vamos a entregar. Así que investigo a quienes quieran hacerse cargo de ellos y les hago un seguimiento para que ellos no sufran en su nuevo hogar".

Gley actualmente tiene tres gatos que son su cable a tierra que le brindan el cariño después de su trabajo.

Dice que por lo menos han pasado bajo su cuidado un centenar de felinos, que luego de ser desparasitados y castrados, les tiene que encontrar una nueva familia.

Para ello cuenta con el concurso de amistades que comulgan con su cariño por los animales y una clínica veterinaria amiga, que les proporciona todos los cuidados a las mascotas.

En esta labor tiene un especial agradecimiento a su esposo, Agustín Belforte, quien pese a una resistencia inicial, es ahora su principal aliado en su diario vivir.

En el mismo sentido de humanidad para con los animales se encuentra Ana Lucía Gutiérrez que cuenta con el apoyo de muchas personas en su cometido,

Ella forma parte de Katze, que es un grupo formado por ciudadanas y ciudadanos bolivianos que tienen la iniciativa y la buena voluntad de ayudar diversos casos de gatos en emergencia, de fomentar la adopción y de incentivar y educar sobre la esterilización.

3

4

5

"Actualmente somos más de 170 voluntarios a nivel nacional y siempre estamos en busca de más personas que nos puedan colaborar aportando su granito de arena: el más valioso siendo su tiempo y predisposición de ayudar", agrega.

Su cariño por los gatos también se inició a muy temprana edad, lo que fue incentivado en el seno familiar, y ahora es parte de su vida.

"Debemos ser cariñosos y comprensivos también con los animales, debemos de actuar con ellos igual que con los seres humanos, son sensibles y hay que darles mucho cariño", agrega, al señalar que en su equipo se encuentran profesionales en diversas áreas y que se sienten realizados con su labor.

Un snack con gatos

Si usted es amante de los gatos y le gusta compartir con ellos existe un café en Santa Cruz de la Sierra, La Tribu, se llama. Es un café francés donde puede merendar acompañado de cuatro felinos y de yapa un perro, todos adoptados por Babtiste Tabanon, un francés-boliviano que hace como un año abrió un local en nuestra ciudad.

Ubicado en la zona de Equipetrol, una cuadra antes del tercer anillo interno se encuentra el café La tribu donde el cliente puede

6

tomar aperitivos acompañado de felinos que son toda una adoración, porque los gatitos son muy sociables y no escapan frente a la presencia de la gente.

"Abrimos hace como un año y vamos para arriba, no como quisiéramos, pero vamos adelante", asegura Tabanon, que luego de haber llegado de su natal Francia a La Paz vino a Santa Cruz donde dice que está cómodo y con ganas de echar raíces.

"Tenemos una gran clientela que se siente satisfecha de venir a degustar nuestras especialidades que son en su mayoría platos de la culinaria francesa, pero sin caer en banalidades. Son platos comunes que la gente ha sabido apreciar y por eso estamos aquí", sostiene Baptiste con un dejo de satisfacción.

Cuatro gatos y un perro acompañan a los circunstanciales clientes y uno de ellos incluso está en recuperación, luego de que fuera atropellado por un auto. El cariño y el cuidado están haciendo que el felino vuelva a mover sus patas traseras afectadas por el accidente. "Son muy educados, ellos no tocan nada de lo que se les sirve a los clientes, solo están como compañía", señala Baptiste, mientras acaricia a uno de sus regalones que son parte de su hogar.

Naturaleza Catarata Arco Iris, una de las bellezas naturales de la región que tiene una rica fauna

El origen de la EXPEDICIÓN

Huanchaca. *Noel Kempff sabía el valor que tenía ese territorio, por su singularidad biológica, antropológica, geológica y paisajística, que lo hacía tan diferente. Esas fueron algunas de las motivaciones para proponer una expedición a esa región*

José Cabot Nieves
ricardo.herrera@grupoeldeber.com

A solicitud de Noel Kempff, el autor se encargó de organizar, desde España, la Expedición Zoológica a la Serranía de Caparuch, donde perdió la vida el investigador cruceño. Cabot ha recogido sus recuerdos con Kempff en un texto que irá publicando EXTRA. Aquí ofrecemos una entrega más de esos recuerdos del biólogo español en los que relata las que él cree fueron las motivaciones que impulsaron al científico cruceño de organizar la expedición de lo que para entonces era el Parque Natural Huanchaca.

Hilando cosas en el tiempo creo haber podido vislumbrar los motivos de la iniciativa planteada por el Profesor. En esos momentos era consciente de que el Parque estaba en peligro. Había dedicado años para conseguir su declaración de espacio protegido, pero hasta el momento no se había hecho nada para gestionarlo, dotarlo y conservarlo de forma real. Lo había visitado varias veces había difundido en reportajes en la televisión y expresado ante las autoridades competentes su situación de abandono y sus vulnerabilidades, sin lograr despertar ninguna respuesta efectiva tendente a la protección y gestión de este territorio, resguardado solo por la lejanía y la inaccesibilidad del terreno. Por ello, con razón, el Profesor siempre me decía que el parque Huanchaca solo existía sobre el papel.

El Profesor mostraba su preocupación porque los atentados contra la naturaleza en Bolivia se habían incrementado notablemente en los últimos años. La apertura de nuevos caminos y la existencia de mejores medios de locomoción facilitaban el acceso incluso a los lugares más recónditos del país, provocando su deterioro debido al incremento de los asentamientos humanos, de las actividades de chaqueo para cultivar, de las prospecciones mineras, de la búsqueda de oro y de piedras semipreciosas y de actividades ilegales como la tala de bosques primarios tropicales y otras masas forestales para la extracción de maderas, la caza furtiva, el tráfico de especies vivas o el comercio de sus pieles. Estas actuaciones se estaban extendiendo por todo el Oriente boliviano, y tarde o temprano llegarían también a Huanchaca, dada su desprotección y carencia de vigilancia.

Otra amenaza potencial, que había que tener en cuenta, aunque hasta ese momento no se hubiera concretado, era la entrada de posibles intrusos brasileiros a la meseta, ya que sus límites orientales colindan con Brasil y en esa parte los farallones son más bajos y menos escarpados.

Huanchaca estaba, pues, abandonada a su suerte. La débil situación económica hacía que el gobierno dirigiera los limitados fondos de los que disponía a paliar las necesidades más imperiosas, sobre todo de carácter social, que no eran pocas, de modo que no había fondos para atender las consideradas menos apremiantes, como las relacionadas con la conservación del patrimonio natural.

Kempff era consciente de que poner en funcionamiento el Parque Natural de Huanchaca requería una ingente cantidad de dinero, y ello solamente sería posible con la contribución financiera de entidades internacionales dedicadas a la conservación de la biodiversidad. Acceder a esta opción, la única disponible, significaba reemprender un extenso camino de esfuerzo y trabajo, prolongación del que había venido recorriendo desde que, años atrás, iniciara las gestiones que dieron lugar a que Huanchaca fuese declarado espacio protegido.

El Profesor mostraba su preocupación porque los atentados contra la naturaleza en Bolivia se habían incrementado notablemente en los últimos años.

Pero el Profesor no cejaba en los fines que se marcaba, y aunque estuviese, como siempre, ocupado con sus variados quehaceres (pesca, orquídeas, la grabación de cantos para la identificación de especies de aves, el libro de las aves de Bolivia, sus responsabilidades en el zoo, en la universidad y en tantos y tantos proyectos más), sus metas estaban presentes y actuaba diligentemente ante la menor oportunidad favorable, como fue en el caso el parque de Huanchaca. Él sabía el valor que tenía ese territorio, por su singularidad biológica, antropológica, geológica y paisajística, que lo hacía tan diferente a la planicie circundante, y además porque comprendía territorios de las dos principales depresiones hidrográficas de América del Sur, la cuenca del Amazonas y a la del Plata. Todo ello posicionaba al parque como un firme candidato a la hora de recibir financiamiento internacional para salir de su estado de vulnerabilidad.

También conocía la creciente preocupación de las organizaciones conservacionistas por el futuro incierto de espacios de gran valor de países en desarrollo, y que una de las zonas prioritarias para ellas era la región neotropical por su alta biodiversidad y para frenar los efectos devastadores originados por la proliferación de actividades humanas incontroladas. La concesión de subvenciones de estas organizaciones había permitido salvar muchos territorios amazónicos, algunos de los cuales poseían un valor ecológico inferior al de Huanchaca.

El Profesor sentía el vivo deseo de mantener a Huanchaca incólume en el tiempo, como si fuese algo suyo. Él sabía lo que tenía que hacer. El paso principal era contactar con estas entidades y hacerles llegar una información acreditada del contenido natural, el estado de conservación de la Serranía y el riesgo que se cernía sobre ella. Era prioritario interesarlas en su conservación.

Ello requería actuar con independencia y buen hacer. De ahí su iniciativa personal de hacer una expedición, que era el paso previo que le permitiría disponer de la información necesaria para poder negociar con entidades internacionales. Sin ella era imposible actuar, se encontraba atado de manos, pues sin nada que mostrar no había modo alguno de captar la atención de los financiadores.

DEPORTE Y AVENTURA
CÁMARA
SELECCIÓN DE LAS MÁS DESTACADAS DE 2023

EL DEBER
eldeber@grupoeldeber.com

Eficientes . *Ideales para cualquier actividad deportiva, incluso dentro del agua y en bajas y altas temperaturas*

Las cámaras de acción deportivas se han vuelto cada vez más populares entre los atletas, aventureros y entusiastas del aire libre. Estas cámaras compactas y resistentes están diseñadas para capturar imágenes de alta calidad de acción trepidante y deportes extremos. Si está buscando una cámara de acción deportiva, aquí hay algunos consejos para ayudarlo a elegir la correcta:

Busque una cámara que ofrezca capacidades de fotografía y video de alta resolución. Es importante que pueda soportar impactos, polvo y agua. Además, que le permita acoplarla a cascos, bicicletas, motos, etc. Esto asegurará que pueda capturar imágenes desde diferentes ángulos y perspectivas. Elija cámaras con batería de larga duración o que permitan un fácil reemplazo de la batería y Considere las opciones de conectividad Wi-Fi y Bluetooth.

GoPro10 Hero Black
Permite mayor velocidad de fotos, estabilización de vídeo y cuando la pones a cargar, sube todo tu contenido automáticamente a la nube.

INSTA 360 GO 2
Es del tamaño de un pulgar y es ligera, pero posee gran estabilidad, calidad de imagen y control remoto hasta 10 metros.

DJI ACTION 2
Sumergible a 10m sin carcasa, bloqueo del horizonte, editor con inteligencia artificial, a prueba de polvo, y resistente a golpes.

AKASO V50 ELITE
Estabilización electrónica en foto y vídeo, pantalla táctil, control remoto y por voz. Carga la batería durante el uso.

INSTA 360 ONE RS TWIN EDITION
Estabilizador de imagen, resistente al agua hasta 5m, lente súper Gran Angular, conectividad Wi-Fi y web cam.

DJI OSMO ACTION 3
Gran autonomía y carga rápida, pantallas trasera y frontal táctiles, control por voz y resiste -20º C.

Sony RX0 II
Captura imágenes de calidad dentro del agua. Resiste caídas de hasta 2 metros e incluso aplastamientos. De gran versatilidad.